

le **VORTEX** de Bagotville



Volume 14 Numéro 1

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

JANVIER 2019

Campagne du Fonds de charité 2018



Plus de 60 000 \$ amassés

pages 2 et 3

Des dizaines de sentinelles prêtes à écouter et à soutenir... page 5

La première de trois fresques complétée à la clinique... page 6

Plus de 300 familles ont reçu un panier de denrées pour Noël... page 11



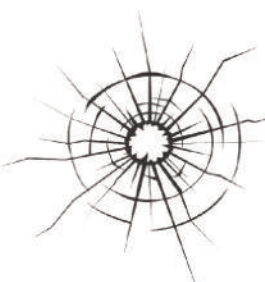
Garage

Jean-Pierre Tremblay

La Baie
2460, rue Bagot
418-544-4455

Chicoutimi
1737 boul. Talbot
418-545-4455

Le **SPÉCIALISTE** des ALTERNATEURS,
DÉMARREURS ET BATTERIES



Un problème de vision?
Le **Docteur**
s'occupe de vous!
à notre succursale de La Baie



La campagne du Fonds de charité de la BFC Bagotville a connu un vif succès encore une fois en 2018 en amassant plus de 60 000 \$, soit l'une des trois plus grosses sommes recueillies en dix ans.

Le nombre important de membres déployés à l'étranger a fait en sorte que les organisateurs de la campagne ont dû se résoudre à abandonner certaines activités, alors que la participation à d'autres événements de la campagne a connu une légère baisse. Il faut aussi ajouter qu'en 2017 le résultat de la campagne avait bénéficié des retombées du spectacle aérien qui avaient versé plus de 8 000 \$ au Fonds de charité.

A group of children and adults are participating in a tug-of-war competition inside a large hangar. The children are in the foreground, pulling on a rope. In the background, a military fighter jet is on display, and several people in military uniforms are visible. The hangar has a high ceiling and large windows. The ground is marked with yellow arrows. The photo is credited to IMAGERIE CPL GAGNÉ.

PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ

le **VORTEX**
de Bagotville

1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 APPELLE 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 APPELLE 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553

ça soulage!

LE SUICIDE N'EST PAS UNE OPTION



récoltée en dix ans de campagnes



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ

La cafétéria du mess des rangs junior était remplie à pleine capacité le 21 novembre lors du traditionnel dîner-spaghetti au profit du Fonds de charité de la Base. L'activité a permis de récolter près de 2 000 \$.

3^e Escadre et de la BFC Bagotville, le colonel William Radiff, le résultat de la campagne 2018 est impressionnant compte tenu des nombreuses contraintes auxquelles il a fallu faire face. « Je suis fier du travail exceptionnel de la capitaine Ève Lambert-Beaulieu ainsi que de toute l'équipe responsable de la campagne du Fonds de charité de la base l'automne passé. Malgré le tempo opérationnel élevé des derniers mois, l'équipe et tous ceux qui ont participé ont réussi à amasser une impressionnante somme d'argent qui reflète la générosité continue du personnel de la BFC Bagotville », a déclaré le colonel Radiff.

Le Fonds de charité de la BFC Bagotville a été fondé

en 1966. Il est distinct du Fonds de la Base, qui lui est consacré uniquement au bien-être des membres. Le Fonds de charité a son propre conseil d'administration qui évalue les demandes de

dons selon des critères bien établis.

Pour recevoir de l'argent du Fonds de charité, les organismes demandeurs doivent être inscrits officiellement



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ

Les membres du comité organisateur de la campagne du Fonds de charité peuvent se féliciter d'avoir récolter plus de 60 000 \$. La plupart des membres du comité posent ici en compagnie du commandant de la BFC Bagotville (à droite) et de son adjudant-chef (à gauche).

auprès de Revenu Québec comme organisme de charité. Ils doivent aussi être accessibles à la communauté de Bagotville et présenter une demande écrite en bonne et due forme au conseil d'administration du Fonds chaque année. Chaque demande est évaluée selon ces critères et aucun chèque n'est émis automatiquement annuellement.

Des organisations comme Centraide, la Croix-Rouge, les fondations des hôpitaux de la région ou CORAMH reçoivent régulièrement des sommes de la part du Fonds de charité de la Base.

Des sommes sont aussi régulièrement consacrées à l'aide directe à des membres de la communauté dans le besoin. Un enfant malade qui demande des soins à l'extérieur de la région ou une famille qui a tout perdu dans un sinistre pourraient recevoir l'aide du Fonds, sur recommandation des aumôniers ou des travailleurs sociaux du CRFM ou de la Base.

Chaque année, le Fonds de charité remet presque autant d'argent en dons que ce qui est récolté au cours de la campagne de financement, preuve que les besoins sont nombreux.

More than \$60,000 collected

The CFB Bagotville Charity Fund campaign was a huge success again in 2018, coming in with more than \$60,000 which puts this year in the top three most raised funds in the past ten years.

most \$1,700 surpassing the \$5,500 in 2018.

Members deployed to Romania at the moment, also contributed their way this year by raising more than \$2,000 in the Terry Fox Run.

Last year was a record year so the solicitors knew they had to work hard to beat it!

By crossing the \$60,000 mark in 2018, the Charity Fund team keeps the annual average at a very high level.

The most successful activities were the CF-18 shooting competition, which raised \$12,700 and the traditional EME tire clinic which raised more than \$4,500; almost \$400 more than in 2017.

Donations this year also surprisingly increased by al-

The CFB Bagotville Charity Fund Campaign was founded in 1966. Unlike the Base Fund, which is dedicated solely to the welfare of the members, the Charity Fund has its own Board of Directors which evaluates grant applications according to well-established criteria.

Every year, the Charity Fund donates nearly as much donations to local charities as is raised during the fundraising campaign, proving that there are many local needs.

Le client est toujours satisfait!

Annie Girard
Courtier immobilier résidentiel
418-591-0121

AGENCE IMMOBILIÈRE
sismaison.com

Chicoutimi - Près de tous!

Rénovée et bien entretenue. Vendeur motivé!

Jonquière - Beaucoup de cachet!

Six chambres à coucher, plafond cathédrale, foyer

LE **Mot** du **COMMANDANT**

Bonne année, santé et prospérité!

Welcome Back! I certainly hope that everyone had an enjoyable and restful holiday break. I know that I was able to relax and to recharge my own batteries. I ate too many sweets and didn't do near enough exercise but that is what New Year's resolutions are for! I suspect that this is the case for many of you as from my office window I have noticed an increased use of the cardio room at the gym since we all started back to work on the 7th of January.



Janvier sera un mois très important pour Bagotville puisque notre personnel et nos équipements seront de retour de l'Op RÉASSURANCE à la fin du mois. Le déploiement fut un franc succès et les membres qui y ont participé doivent en être fiers. Bravo à l'équipe de la BFC Bagotville !

Par Col. William Radiff
Commandant de la 3^e Escadre
et de la BFC Bagotville

As the New Year begins the pace of operations will undoubtedly begin to pick up. Along with our other day to day commitments, we

have Force Generation Deployments planned for 425, 433 and 439 Squadrons and this is also an airshow year. As you can see, this will make for a very busy late winter and spring.

Speaking of the airshow, LCol Corneau and Mr. Michel Aubin and their team have been working extremely hard on preparing for the SAIB 2019. This year promises to be the biggest and best to date. With the USAF F-35 performing for the first time in Canada at our show coupled with our goal to make the airshow a fully carbon neutral / ecologically responsible event, we are certainly going to be putting CFB Bagotville and Saguenay / Lac St-Jean on the world map. I am truly looking forward to the show even though I won't be flying in it!

Inutile de vous rappeler que l'arrivée de 2019 marque le décompte avant le prochain spectacle aérien. Le lcol Corneau, M. Michel Aubin et toute l'équipe travaillent déjà extrêmement fort pour préparer le SAIB 2019. Tous les éléments sont en place pour que nous puissions vivre le meilleur et le plus gros des spectacles aériens. Avec l'équipe de l'USAF de F-35 qui performera au SAIB 2019 pour la première fois au Canada et l'élaboration du premier spectacle aérien carboneutre et éco-responsable nous donnerons sans aucun doute une réputation mondiale à la BFC Bagotville et au Saguenay Lac-Saint-Jean. J'ai vraiment hâte au spectacle aérien même si malheureusement je ne pourrai pas voler moi-même.

C'est avec fierté que j'aimerais souligner le travail exceptionnel de la Capt Ève Lambert-Beaulieu ainsi que son équipe responsable de la campagne du Fonds de charité de la Base l'automne passé. Malgré le tempo opérationnel élevé des derniers mois, l'équipe et tous ceux qui ont participé ont réussi à amasser une impressionnante somme d'argent qui reflète la générosité continue du personnel de la BFC Bagotville.

Lastly, I know that January and February are often "Cabin Fever" months and that people tend to lock themselves in their houses during these months. Please don't do that. We are extremely fortunate to have so many fun activities to partake in both on the Base and in the surrounding area. Please continue to use the services of the MFRC and to take advantage of all of the discounted tickets available from the Recreation Centre. We have so many awesome winter sports here in the valley that are supported by PSP and the Base Fund. Get out and enjoy them.

I wish all of you a Happy New Year and safe and prosperous 2019. I look forward to working, playing, and relaxing with you all over the next number of months on our way to the summer season.

Lisez

le **VORTEX**
de Bagotville

en ligne sur pressdisplay.com ou
emportez-le n'importe où
grâce à Press Reader

PRESS  **DISPLAY**
www.pressdisplay.com

PressReader
BY NEWSPAPERDIRECT
www.pressreader.com


**ENTREPÔTS
SECUR**

**ESPACE
DISPONIBLE
IMMÉDIATEMENT**

ESPACE D'ENTREPOSAGE DE
100 à 10 000 p²

**ACCESSIBLE
24 HEURES/7 JOURS**

**SÉCURITAIRE
ET PROTÉGÉ**

**À PROXIMITÉ DE
L'AUTOROUTE 70**

418 699-0920
2353, boulevard du Royaume, Jonquière

NOLICAM
Location
NOLICAMLOCATION.COM


100 ans
Les Amputés de guerre
1918-2018

Les programmes des Amputés de guerre évoluent. Ils ont d'abord été au service des anciens combattants, puis de l'ensemble des personnes amputées, adultes et enfants. Il reste encore beaucoup à faire pour que les personnes amputées bénéficient des membres artificiels dont elles ont besoin pour mener une vie active. Pour y parvenir, nous avons besoin de vous!

Grâce aux dons versés au Service des plaques porte-clés, nos programmes seront là encore longtemps.

Pour commander des plaques porte-clés :
amputesdeguerre.ca
514 398-0759 • 1 800 250-3030
N° d'enregistrement d'organisme de bienfaisance : 13196 9628 RR0001

Le réseau sentinelles

Des frères d'armes à l'écoute et bienveillants

Le programme des sentinelles outille les membres des FAC afin qu'ils puissent agir pour la promotion d'un milieu bienveillant. Les sentinelles sont des membres volontaires qui, par un ensemble de comportements et d'attitudes auprès de leurs frères et sœurs d'arme, sont susceptibles d'accueillir les demandes d'aide spontanées et qui peuvent proposer d'orienter ceux-ci vers des ressources d'aides.

Par leur engagement au sein de l'unité, plusieurs de ces sentinelles sont appelées à jouer un rôle significatif auprès de personnes vulnérables. On demande à la sentinelle de faire preuve de vigilance, d'écoute et de réceptivité. Le rôle des sentinelles est donc principalement d'établir un contact empathique et d'assurer le lien entre les personnes et les ressources d'aide des FAC et/ou du territoire s'il y a lieu.

Pourquoi créer un réseau de sentinelles ?

Le programme des sentinelles constitue un moyen concret et efficace mis à la disposition de l'ensemble des unités de la base de Bagotville pour soutenir et orienter volontairement un frère ou une sœur d'arme étant susceptibles d'avoir besoin d'aide. De nombreuses personnes sont isolées et manquent de soutien social.

Plusieurs personnes ont de la difficulté à demander de l'aide, ne connaissent pas les ressources disponibles ou n'osent pas aller chercher de l'aide.

Les sentinelles sont donc un outil disponible et implanté dans les unités afin de reconnaître les person-



Des dizaines de militaires ont déjà reçu la formation pour devenir des sentinelles. On les retrouve dans presque toutes les unités et les sections de la Base.

nes susceptibles de vivre des bouleversements et ainsi leur proposer des ressources.

À Bagotville, plus de 50 membres ont déjà reçu la formation de base et des ateliers de formation sont déjà en préparation pour janvier et février.

Pour le capitaine Nicolas Beauchemin, aumônier et coordonnateur du programme à Bagotville, il est important de poursuivre le développement du programme : « Nous sommes très satisfaits de la réponse des membres. À Bagotville, nous avons déjà atteint le nombre de sentinelles qui permet un fonctionnement efficace du programme et nous poursuivons la formation de nouvelles sentinelles afin d'assurer la pérennité du programme malgré les mutations et les départs à la retraite », explique le padre Beauchemin.

Les autorités travaillent aussi présentement à la création d'un écusson qui permettra de reconnaître plus facilement les senti-

nelles. Cette initiative devrait se concrétiser d'ici la fin de la présente année.

Comment devenir sentinelle ?

Si l'idée de devenir une sentinelle vous intéresse, vous pouvez vous inscrire sur l'intranet de la base afin de suivre la formation. Le formulaire d'inscription est disponible dans la section des services sous l'onglet de l'aumônerie. Un lien en rouge vous mènera au formulaire.

Il y a peu de prérequis pour devenir sentinelle. Les candidats doivent simplement désirer s'impliquer volontairement, être empathiques, accepter de collaborer avec les ressources et la chaîne de commandement et ne pas avoir été récemment aux prises avec des idées suicidaires.

Les sentinelles bénéficient d'un soutien en tout temps par le service de l'aumônerie militaire qui chapeaute le réseau des sentinelles.

Une fois la formation de

base complétée, les sentinelles sont invitées environ quatre fois par année à des activités et/ou formations leur permettant de se retrouver entre eux, de mettre à jour les ressources du mi-

lieu et de peaufiner leurs comportements et leurs attitudes afin de mieux servir l'unité. Différents professionnels viendront échanger avec eux sur divers sujets susceptibles de les aider.

The Sentinel Network

The sentinel program equips CAF members to act in the promotion of a caring environment. Sentinels are voluntary members who, through a set of behaviors and attitudes towards their fellow military members, are likely to welcome spontaneous requests for help and who can offer to direct them towards the appropriate resources.

In Bagotville, more than 50 members have already received basic training and more training workshops are already being prepared for January and February.

For Captain Nicolas Beauchemin, chaplain and program coordinator in Bagotville, it is important to continue developing the program. "We are very satisfied with the response of the members. In Bagot-

ville, we have already reached the number of sentinels that allows the program to function effectively and we are continuing to train new sentinels to ensure its durability despite changes and retirements," explains Padre Beauchemin.

A crest that will make it easier to recognize sentinels is in the works by proper authorities and this initiative should be realized by the end of this year.

If you are interested in becoming a sentinel, you can register on the intranet of the base to complete the training. The registration form is available in the services section under the chaplaincy tab. Follow the red link to the form.

For information contact Padre Nicolas Beauchemin.

Aquafun

33 JEUX ET JETS D'EAU
CHUTE D'EAU FROIDE
2 SPAS ET HAMMAM
SUPER SPLASH
MÉGA PISCINE
GLISSADES



LE
MONTAGNAIS
HÔTEL MULTISERVICE

418-543-1521 • www.lemontagnais.qc.ca

Une première fresque complétée

Dans l'édition du Vortex de novembre dernier, nous vous avons présenté deux intervenantes de la Maison des jeunes de La Baie alors qu'elles préparaient les murs d'une margelle de la clinique médicale de la Base pour la réalisation d'une fresque. Ce projet s'est concrétisé quelques jours après la parution de notre journal.

Trois jeunes se sont donc joints aux deux intervenantes de la Maison des jeunes de La Baie pour offrir cette fresque au département de la santé mentale de la clinique médicale de Bagotville.

L'équipe de la Maison des jeunes a apporté une nouvelle vie au département de la santé mentale en peignant une envolée d'outardes colorée sur un mur de béton. Cette œuvre, qui est la première partie d'un projet plus vaste qui comprendra trois fresques, permet aux jeunes d'être impliqués dans la communauté en accomplissant un projet concret avec un im-



Les artistes ont choisi la bernache qui représente la collaboration et l'entraide. Il s'agit de la première d'une série de trois fresques qui seront réalisées d'ici la fin de l'année 2019.

pact direct sur la vie des membres de la base militaire.

Pour Joannie Boudreault, animatrice à la maison des jeunes de La Baie, le sujet de la première fresque rejoint parfaitement des objectifs de la Maison des jeunes. « Nous avons la chance de faire partie d'un groupe et d'une communauté qui s'épaulent. S'appuyer quel-

ques instants sur ceux qui proposent de prendre le relais, reprendre notre souffle et revenir graduellement en avant », explique-t-elle.

En effet, les maisons de jeunes ont été créées pour briser l'isolement des jeunes, offrir un milieu de soutien et d'accompagnement, combattre la surconsommation, faciliter l'inté-

gration à la société, développer le sens des responsabilités, permettre l'apprentissage de la démocratie et favoriser la prise en charge, l'autonomie, les relations volontaires et égalitaires.

Cette première fresque représente l'entraide et le partage. Les bernaches canadiennes volent en formation et travaillent en équipe pour effectuer leur grand périple migratoire. La réalisation des deux autres fresques est planifiée pour

le printemps et l'été 2019.

Le commandant du 25^e Centre des Services de santé des Forces canadiennes, le major Erik Simard, s'est pour sa part dit ravi du travail des jeunes. « Nous sommes très heureux que les jeunes de La Baie aient voulu laisser leur marque dans le département de la santé mentale de Bagotville. Nous allons profiter tous les jours de leur prouesse artistique qui apporte de la couleur dans notre clinique. »



L'équipe de la Maison des jeunes de La Baie pose ici en compagnie de représentants de la clinique médicale.



Nouvelle équipe et toujours un service hors pair
New team and always the same awesome service

Avec ou sans rendez-vous
418-677-2000

The first mural completed

In November's edition of the Vortex, we introduced you to two workers from the La Baie Youth Center as they prepared the walls of the Base Medical Clinic for a type of wall mural called a fresco. This project came to life just a few days after the newspaper was published.

Three young people joined the two La Baie Youth House workers to offer this mural to the Bagotville Medical Clinic's Department of Mental Health.

The Youth House team

brought new life to the mental health department by painting a flight of colorful bustards on the concrete wall using the fresco technique. This work, which is the first part of a larger project that will include three murals, allows young people to be involved in the community by accomplishing a project that has a direct impact on the lives of the members of the military base.

The completion of the two other projects is planned for the spring and summer of 2019.

PROGRAMME **PLEIN AIR** HIVER

SECTION À CONSERVER

2018-2019

Pour profiter des activités du Programme plein air vous devez posséder: la carte Plan Sports & Loisirs (Seules les cartes Oranges ou Bleues sont acceptées)

La Carte PSL magnétique est la seule carte d'identité pouvant être utilisée pour le programme plein air.

Faites faire votre carte le plus tôt possible. N'attendez pas à la dernière minute.

Billets et cartes de saison en vente du lundi au vendredi de 10 h 15 à 21 h et les samedi & dimanche de 9 h à 16 h.

Aucun remboursement de billet ou carte de saison ne sera accordé.

Le programme s'adresse aux militaires et employés civils de la BFC Bagotville ainsi qu'à leur famille immédiate, conjoint(te), enfant de moins de 26 ans vivant à la même adresse civique et chaque membre doit posséder sa carte PSL magnétique.

Vous devez présenter votre carte d'identité PSL par billet par personne, à chaque endroit où vous ferez une activité offerte dans le cadre du Programme Plein Air Hiver. Si vous vous rendez à votre site d'activité et que vous oubliez votre carte PSL magnétique, les gens aux guichets n'accepteront pas les billets à prix réduit que vous leur présenterez.

Veuillez prendre note, toutes les activités offertes ne s'appliquent pas aux journées d'activités et / ou familiales d'unité.

Le prix du billet ou carte de saison peut varier en raison d'un changement de prix sur la TPS et/ou la TVQ.

Pour information:
Mme Claire Deschênes,
au 418-677-4000 poste 7581.
Comptoir Plan Sports & Loisirs, 418-677-4000
poste 7980.

Ski et sports de glisse

Sites & Activités	Prix régulier	Prix Plan Sports & Loisirs
Mont Édouard (418-272-2927) - Boutique de ski : 418-608-8484		
Remontée journée adulte	56,34 \$	34 \$
Remontée journée étudiant 14-23 ans	44,84 \$	26 \$
Remontée journée enfant 7-13 ans	31,04 \$	16 \$
Remontée journée enfant moins de 6 ans	Gratuit	Gratuit
Location journée ski et planche	40,24 \$	18 \$
Accès Haute-route	33,34 \$	16 \$
Location - ski haute-route (guide non inclus)	65 \$	36 \$
Les militaires d'autres bases en visite bénéficient de 20% de rabais au guichet.		
Le Valinouët (1-866-260-8254)		
Remontée journée adulte	52 \$	39 \$
Remontée journée étudiant 16 – 23	44 \$	34 \$
Remontée journée enfant 6 – 15	31 \$	22 \$
Remontée journée enfant /moins de 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location journée ski et planche	40,24 \$	18 \$
Glissade en tube (3 heures)	13,50 \$	7 \$
Mont Bélu (418-697-5090)		
Remontée journée adulte	29,89 \$	9,99 \$
Remontée journée étudiant (25 ans & -)	24,14 \$	9,99 \$
Remontée journée enfant (6 à 12 ans)	21,84 \$	9,99 \$
Remontée journée enfant (5 ans et -)	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche journée (bâtons en sus)	28,74 \$	19 \$
Remontée ½ journée adulte	24,14 \$	9,99 \$
Remontée ½ journée étudiant (25 ans & -)	18,40 \$	9,99 \$
Remontée ½ journée enfant (6 à 12 ans)	16,10 \$	9,99 \$
Remontée ½ journée enfant (5 ans et -)	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche ½ journée (bâton en plus)	23 \$	15 \$
Passe de Saison (Contrat de vente au comptoir PSL)		
Adulte 18 ans & +	359,87 \$	195 \$
Étudiant 6 - 23 ans	255,25 \$	100 \$
Mont Fortin (418-546-2170)		
Remontée journée adulte 18 ans & +	15 \$	9,99 \$
Remontée journée étudiant 6 – 23 ans	10 \$	5 \$
Remontée journée enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski, planche, mini-ski journée	25 \$	15 \$
Remontée ½ jour ou soir, adulte 18 ans & +	13 \$	8 \$
Remontée ½ jour ou soir, étudiant 6 - 23 ans	8 \$	4 \$
Remontée ½ jour ou soir, enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski, planche, mini-ski ½ jour. ou soir	20 \$	12 \$
Glissade en tube (Samedi et dimanche de 13 h à 16 h)		
Glissade 3 h adulte 16 ans & +	9 \$	5 \$
Glissade 3 h étudiant 15 ans & -	6 \$	3 \$
Mont Lac Vert (418-344-4000)		
	Jour / 4 h	Jour
Remontée adulte 18 ans +	39 \$ / 35 \$	23,99 \$
Remontée étudiant 13 - 23 ans	34 \$ / 30 \$	21 \$
Remontée enfant 6 – 12 ans	29 \$ / 25 \$	15 \$
Remontée enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche / blade Adulte	26 \$	16 \$
Location ski / planche / blade Étudiant	22 \$	13 \$
Location ski / planche / blade Junior	19 \$	9,99 \$
	Soir	Soir
Remontée pour tous	15 \$	9,99 \$
Remonté — enfant moins 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location pour tous	15 \$	5 \$
Glissade en tube pour tous (3 h)	17 \$	9 \$

Sites & Activités	Prix régulier	Prix Plan Sports & Loisirs
Parc Rivière-du-Moulin (418-698-3235)		
Randonnée ski de fond (adulte 18+)	8 \$	3 \$
Randonnée ski de fond (13-17 ans)	5,50 \$	3 \$
Randonnée ski de fond (enfant 5ans & -)	Gratuit	Gratuit
Location ski de fond (Gratuit pour 12 ans et -)	11 \$	4 \$
Location raquettes (Gratuit pour 12 ans et -)	6 \$	2 \$
Passe de saison adulte	60 \$	30 \$
Passe de saison 17 ans et moins	40 \$	20 \$
Pour le parc Rivière-du-Moulin, la carte Accès Saguenay est obligatoire. (Gratuite pour les résidents de la ville dans les bibliothèques publiques) La carte coûte 50 \$ pour 2 ans aux non-résidents de Saguenay.		
Bec-Scie (418-697-5132)		
Ski de fond adulte	10 \$	4 \$
Ski fond jeunes (18 ans et moins)	Gratuit	Gratuit
Randonnée raquette adulte	4 \$	1 \$
Randonnée raquette (18 ans et moins)	Gratuit	Gratuit
Location ski de fond (12 ans et - Gratuit)	11 \$	4 \$
Location raquettes (12 ans et - Gratuit)	7 \$	2 \$
Le Norvégien (418-546-2344)		
Ski de fond adulte 18 ans & +	9 \$	4 \$
Ski de fond étudiant (13 à 17 ans)	6 \$	3 \$
Ski de fond enfant (12 ans et moins)	Gratuit	Gratuit
Location ski de fond (Gratuit 12 ans & -)	11 \$	4 \$
Accès raquettes (Gratuit 12 ans & -)	3,75 \$	1 \$
Location raquettes (Gratuit 12 ans & -)	9 \$	3 \$
Autres sports et activités		
Sites & Activités	Prix régulier	Prix PSL
Île du quilleur, La Baie (418-544-6678)		
1 Allée de grosses quilles, 1 heure / 6 pers max	22 \$	9 \$
Carrefour du quilleur, Jonquière (418- 548-3358)		
1 Allée de grosses quilles, 1 heure / 6 pers max	20,50 \$	9,99 \$
Centre Joseph-Nio, Chicoutimi (418-543-3768)		
1 Allée grosses ou petites quilles, 1 h / 6 pers	20 \$	6 \$
Pêche blanche, Secteur Grande Baie (418-544-4655)		
Sébaste / éperlan (1 cabane pour 4 personnes)	97,72 \$	55 \$
Musée du Fjord, La Baie (418-697-5077)		
Adulte (18 ans & +)	15 \$	6 \$
Jeune (6 à 17 ans)	8,50 \$	3 \$
Enfant (5 ans et moins)	Gratuit	Gratuit
Zoo de Falardeau (418-673-4602)		
Accès et visite guidée — Réservation obligatoire avant d'acheter vos billets (départs 10 h et 13 h) www.zoodefalardeau.com		
14 ans et +	20 \$	17 \$
2 à 13 ans	10 \$	6 \$
Enfant moins de 2 ans	Gratuit	Gratuit
Voir la suite des activités en page 8		
<i>English version of this program is available at Sports and Recreation Desk</i>		

Sites & Activités	Prix régulier	Prix Plan Sports & Loisirs
Savana Centre d'amusement, Chicoutimi 418-696-1111 1756 rue Fabien - Local B		
Méga structures de jeux intérieurs sécuritaires Plus de détails : www.savanainc.ca		
12 à 35 mois	4,60 \$	3 \$
3 à 14 ans	13,80 \$	8 \$
Accompagnateur 15 ans & plus	6,90 \$	3 \$
SKP — Mini golf Chicoutimi 418-693-3334		
Du jeudi au vendredi de 12 h à 20 h Samedi et dimanche de 10 h à 18 h Réservation obligatoire avant d'acheter vos billets		
Adulte (16 ans et +)	12 \$	5 \$
Junior (15 ans et moins)	8,50 \$	3 \$
Aquafun, Le Montagnais, Chicoutimi 418-543-1521		
Parc aquatique intérieur Consulter le site pour plus de détails : www.lemontagnais.qc.ca		
Accès 3 ans & plus / Access 3 y/o & more	13 \$	6 \$
Mille lieux de la colline, Chicoutimi 418-698-7000		
Enfant 2 à 12 ans	7,50 \$	4 \$
Adultes (13 ans et plus)	5,75 \$	3 \$
Beta Crux — 370, Ste-Anne, Chicoutimi 418-590-7598 (www.betacrux.ca)		
Escalade de blocs Accès journalier		
13 ans et plus	18,40 \$	12 \$
Étudiant (avec carte d'identité)	16,10 \$	8 \$
12 ans et moins	9,77 \$	4 \$

Souliers non inclus

Remboursement d'une partie de vos passes de saison

Les gens qui ont acheté des passes de saison dans la région ont droit à un rabais.

- Stations de ski alpin,
 - Station de ski de fond ou de raquette à neige
- Contactez Claire Deschênes au poste 7581

- Droit d'accès aux sentiers de motoneige & VTT (10 %)
- Contactez Frédéric Pilote au 7563

% de rabais varient d'un endroit à l'autre, informez-vous au comptoir PSL

Les partenaires du plan sports et loisirs

La section des loisirs a conclu plusieurs partenariats dans d'autres sites et pourvoyeurs d'activités de la région qui ne font pas partie du Programme plein air de rabais avec les billets achetés au comptoir PSL.

Ces sites désirent vous faire bénéficier de rabais directement à leur guichet. Tous les endroits énumérés ci-après seront très heureux de vous accueillir cet hiver.

ATTENTION

Peu importe le site d'activité, les consignes demeurent les mêmes

Pour profiter du rabais directement au site d'activité

Lorsque vous appelez pour réserver, vous devez mentionner que vous êtes de la BFC Bagotville et que vous avez votre carte PSL

Chaque personne doit présenter sa carte PSL orange ou bleue.

Si vous n'avez pas votre carte PSL, les gens au guichet vont refuser de vous donner le rabais. Vous devrez donc payer le prix régulier. **(Aucun remboursement ne sera accordé par la suite au comptoir PSL ou à la section des loisirs.)**

Site d'activité	Description	Rabais
Yuzu sushi, Chicoutimi 418-543-5522 1446 Boul. Talbot	Sushi Rabais sur certaines variétés de sushi en tout temps. Appeler pour connaître les détails www.yzususushi.ca	% AED lors de l'appel ou de la visite
Cinéma Odyssée, Place du Royaume Chicoutimi 418-543-0055 1401 Boul. Talbot Chicoutimi	Représentation en anglais les jeudis soirs et les dimanches après-midi. Prix au guichet du cinéma Odyssée: 8 \$ Adulte 5 \$ Enfant Ajouter 3 \$ pour les films en 3D Adulte: Retour de contribution de 3 \$ au comptoir PSL Représentation française tous les mardis Prix au guichet du cinéma Odyssée: 6,50 \$ Adulte 6,50 \$ Enfant Ajouter 3 \$ pour les films en 3D Tous: Retour de contribution de 1,50\$ au PSL https://voir.ca/horaire-cinema/salle/odysee-chicoutimi	

Abonnez-vous à la page Facebook du PSP de la BFC Bagotville
www.facebook.com/PSPBAGOTVILLE/



PROGRAMMES DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Hiver 2018 — Winter 2018



INFORMATION ET INSCRIPTIONS

Mercredi 23 janvier
de 8 h à midi

DANS LE HALL DU CENTRE RÉCRÉATIF



ENTRAÎNEMENT TECHNIQUE DE NAGE

Début février 2019. Détails à venir.

ENTRAÎNEMENT SUR VÉLO (SPINNING)

Début février 2019. Détails à venir.

ENTRAÎNEMENT TECHNIQUE DE COURSE

Session printemps à venir.

Évaluateur certifié en analyse de course sur place.

COURS INTRODUCTION À L'ENTRAÎNEMENT (JEUNES ET ADULTES)

Prochain cours en mars (relâche). Date à déterminer.

SESSION D'ÉTIREMENTS ET DE MOBILITÉ

Mercredis 6h30 à 7h15. Début 9 janvier 2019

ENTRAÎNEMENT DE GROUPE PRÉPARATOIRE AU TEST FORCE

Lundis-mardis-jeudis-vendredis de 6 h 30 à 7 h 30.
Début 7 janvier 2019.

ENTRAÎNEMENT TABATA—HIIT

De 12 h à 12 h 30. Information au kiosque

ENTRAÎNEMENT ATHLÈTE TACTIQUE

Niveau avancé. 4 personnes maximum.

INFORMATION: +gymnase.bagotville@forces.gc.ca

NOUVEAU



851, 4^e rue, La Baie

Le club de curling Port Alfred est fier de devenir partenaire du Plan Sports & Loisirs. Il désire faire découvrir ce magnifique sport d'équipe et également vous faire profiter des différentes activités qui peuvent se tenir dans leur établissement. Le club est heureux de faire bénéficier les membres de la communauté de la BFC Bagotville d'un rabais significatif.

Carte de saison

- ☐ Première année d'inscription: **35 %** de rabais.
- ☐ Deuxième année d'inscription: **15 %** de rabais.

Ligue de curling jour ou soir

- ☐ **15 %** de rabais.

Location de salle ou location de glace pour activités diverses

- ☐ **15 %** de rabais

Disponible sans rabais

- ☐ Service de bar
- ☐ Service de DJ ou traiteur sur demande

Nouveau partenaire Plan Sports & Loisirs

Politique d'éligibilité: Être membre de la BFC Bagotville et présenter votre carte PSL orange ou bleue.

Clinique de curling

- ☐ Initiation pour apprendre les règles de base:
 - Tous les dimanches de 9 h à 12 h

Dimanche brunch & pratique

- ☐ De 9 h à 12 h: achetez votre déjeuner et ayez accès à la pratique.

Curling-Bouffe du vendredi

- ☐ Organisez une activité de groupe:
 - Optez pour le curling-bouffe.Plusieurs menus sont offerts de 21 \$ à 38 \$ par personne incluant jeu et consommation en fût.

15 % de rabais sur tout

Pour plus d'information & réservations:

418 697-5109, poste 3

<https://www.facebook.com/curlingpa>

<https://curlingpa.com>

Claire Deschênes, Gestionnaire des Loisirs PSP

Claire.deschenes@forces.gc.ca

418 677-4000, poste 7581





Les résolutions santé en janvier... un brin de réalisme!

Le temps après les Fêtes semble être le moment propice pour faire une réflexion sur l'année qui vient de passer. On désire à tout prix trouver des moyens pour prendre d'assaut la nouvelle année, plein de bonne volonté et d'objectifs plus ou moins ambitieux, entre autres en matière de bonnes habitudes alimentaires. Pourtant, Madame Mantha, Nutritionniste chez Vivaï, indique que seulement 10 à 20 % des gens atteignent leur but. C'est très peu! Selon Mme Mantha, il existe des trucs ayant fait leurs preuves qui peuvent réellement accroître vos chances de réussite dans vos résolutions pour 2019.

- Choisissez des habitudes que vous **voulez** et **pouvez** changer au lieu d'habitudes que vous **devez** changer. Être consciemment engagé dans la démarche vous donne dix fois plus de chances d'y arriver que d'agir sur un coup de tête, la veille du jour de l'An!
- Quelques trucs simples : Manger lentement et à table pour reconnecter avec vos signaux internes et mieux gérer votre appétit. Utilisez de la vaisselle plus petite pour réduire vos apports alimentaires jusqu'à 30 % quotidiennement. Des études démontrent aussi que le stress et le manque de sommeil contribuent au gain de poids : profitez du temps des fêtes pour faire du « cocooning »!
- Les interdits? Les régimes sévères ne sont pas adaptés à vos besoins et à votre réalité, surtout pas ceux des gens plus actifs. Adoptez une approche positive et AJOUTEZ à vos assiettes au lieu de couper : plus de légumes colorés, poissons, légumineuses ou grains entiers, etc. Cela laissera moins de place et d'envies pour des aliments moins nutritifs.

L'Équipe Promotion de la santé vous souhaite une excellente année 2019!

Source : www.cliniquesportsante.com

CALENDRIER DES ACTIVITÉS Janvier 2019 PROMOTION DE LA SANTÉ

Bienvenue aux civils et aux familles! **Ateliers gratuits!**

Serveur d'alcool

Judi le 24 janvier 13 h-15 h
OU Judi 28 février 13 h-15 h

Introduction à la gestion du stress

Lundi, 28 janvier de 13 h à 15 h

Force mentale et sensibilisation au suicide

Lundi 4 février de 8 h à 16 h

Bouffe santé pour un rendement assuré

Un atelier de 14 heures
Mardi 12 février **ET** mercredi
13 février de 8 h à 16 h

Respect dans les FAC

21 février OU 14 mars 8 à 16 h

Toxicomanies 101

Vendredi 15 février de 9 h à 12 h

Mental Fitness and Suicide Awareness

February 19 — 8 am to 4 pm

Semaine pour un Québec sans tabac

20 au 26 janvier 2019
Surveillez nos activités!

*All workshops are available in
English upon request
(6 participant minimum)*

**Information et inscription
677-4000 poste 7102**

Panier du bonheur 2018

Toujours aussi généreux!



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ

L'équipe du Panier du bonheur a livré le fruit de son travail et de la générosité de la communauté de Bagotville aux membres de la Société Saint-Vincent de Paul, le 19 décembre dernier.

Dans le cadre de la 31^e campagne du Panier du bonheur, les membres de la BFC Bagotville ont amassés 8 000 \$ et 3 200 livres de denrées non périssables qui ont été remis aux sociétés Saint-Vincent de Paul de La Baie et du Bas-Saguenay.

Les membres du Panier du bonheur sont très heureux de la participation des membres du Contrôle de la circulation aérienne (CCA) ainsi que de l'ensemble de la communauté qui ont collaboré tout au long de l'année aux différentes activités qui se sont tenues à la section CCA et sur l'ensemble de la Base.

Encore une fois cette année, un fidèle partenaire de la campagne, Métro Famille Turgeon de Chicoutimi, a fait preuve d'une immense générosité. Son don d'une valeur de 1 000 \$ a permis d'offrir des dizaines de dinde et de poulets pour permettre aux familles dans le besoin de festoyer durant la période des fêtes.



Grâce à cette généreuse contribution et au soutien des membres de la BFC Bagotville, les bénévoles de la St-Vincent-de-Paul ont redistribué près de 300 paniers de nourriture à des gens dans le besoin du secteur de La Baie et du Bas-Saguenay.

Toute l'équipe du Panier du bonheur tient à remercier du fond du cœur tous ceux et celles qui ont contribué au cours des 31 dernières années à faire en sorte que de nombreuses familles aient un peu de réconfort durant la période des fêtes.



1551, boul. St-Paul, Chicoutimi
549-9775
 OUVERT DE 8 H À 18 H TOUS LES JOURS EN SEMAINE
 ET LE SAMEDI JUSQU'À 12 H.

Pièces d'autos P&L Itée
 Pièces et accessoires automobiles
 Carrosserie et peinture

153, rue Joseph Gagné Nord, La Baie
544-3346
 OUVERT DE 8 H À 17 H TOUS LES JOURS EN SEMAINE
 ET LE SAMEDI JUSQU'À 12 H.

1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
 1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
 1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
 1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
 1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553

ça soulage!

Une tradition de partage qui se perpétue

Les familles de militaires déployés célèbrent



Le souper de Noël des familles des membres déployés a eu lieu le samedi 15 décembre dernier. Cette activité est organisée chaque année par l'équipe de l'aumônerie et les membres des deux communautés chrétiennes de la base : l'Église Catholique Ste-Thérèse et Emmanuel Protestant Chapel.

En tout, 86 personnes dont 21 enfants ont participé à l'activité. Le buffet se composait d'un velouté à l'oignon suivi d'une tourtière du Lac-Saint-Jean et de lasagnes et d'un gâteau au dessert.

Durant la soirée, le capt Gerald Morissette a joué de la flute de Pan et son ami Claude Doré du piano. Ce duo hors-norme a ravi les participants. Des jeux en équipe, animés par le padre Moisan et l'aviateur Maltais, ont agrémenté la soirée.

La padre Morrisette a entraîné le groupe dans des chants. Les enfants avaient à leur disposition des jouets pour s'amuser et ceci donna lieu à une anecdote que nous a raconté le padre Alberto : « Lorsque le commandant Radiff s'adressait aux convives, un enfant est allé le voir pour se plaindre : "Lui là-bas ne veut pas partager son jouet avec moi!" Notre commandant rétorqua alors que ça ressemblait drôlement à son travail de tous les jours et ce fut le rire général ».

Des cadeaux furent distribués aux enfants de 2 à 14 ans, gracieuseté de Canex, il s'agissait de jeux selon les âges. Des prix ont également été offerts aux équipes selon leur pointage dans les jeux : six paires de billets pour le cinéma, sept cartes-cadeaux de 10 \$ au Tim Horton, trois coupons-rabais de 10 \$ pour la Casa Grecque, et un repas complet à la

Casa d'une valeur de 100 \$. L'argent finançant ces prix et l'activité provenait de diverses sources comme les Amis de l'Aviation et les communautés chrétiennes.

Le padre Alberto a tenu à remercier tous les participants et tous ceux qui ont aidé à la préparation et au bon déroulement de cette activité.

Christmas Dinner for families

On Saturday December 15th, a Christmas dinner for the families of the deployed members was held. This activity is organized each year by the chaplaincy team and members of the two Christian communities at the base: the Ste-Thérèse Catholic Church and Emmanuel Protestant Chapel.

In all, 86 people including 21 children participated in the activity. The buffet consisted of a French onion soup followed by a Lac-Saint-Jean tourtière along with lasagna and a cake for dessert.

During the evening, Capt Gerald Morissette played pan flutes as his friend Claude Doré played piano;

their talent and entertainment delighted the crowd. Team games were led by Padre Moisan and Aviator Maltese while Padre Morrisette coached the crowd into singing.

Gifts were distributed to children ages 2 to 14, courtesy of the Canex. Prizes were also offered to teams based on their score in the games. The money funding these awards and the activities came from various sources such as the Friends of the Air Force fund and the Christian communities.

Padre Alberto thanked all the participants and all those who helped in the preparation and the smooth running of this activity.

Opération RÉASSURANCE en Roumanie

Le 433 et le 425 au sommet

Trois membres de la Force opérationnelle aérienne de Roumanie participant à l'Opération RÉASSURANCE ont gravi le plus haut sommet des Alpes orientales en Roumanie lors d'une journée de congé.

« Extraordinaire » est la description qu'en a fait le cpl Martin Prince (425 ETAC) qui est déjà monté au sommet du Mont Washington. Il a quand même qualifié son ascension de « difficile » principalement du fait que plusieurs parois étaient très abruptes.

Trois heures quinze minutes d'ascension ont été nécessaires pour atteindre le sommet du Mont Moldoveanu, situé à 2 544 mètres d'altitude (8 346 pieds).

« Un paysage à couper le souf-



Les trois militaires de Bagotville au sommet après plus de trois heures de montée.

fle », a lancé le cpl Jean-Philippe Noisieux (433 ETAC) en parlant de la vue du haut des Carpates (nom de la chaîne montagneuse au cœur de la Roumanie qui sépare la plaine de Valachie au sud de la région transylvaine au nord).

Le troisième participant à cette excursion était le cpl Serge Poitras du 433 ETAC.

Le registre du sommet compte maintenant une mention du passage des membres des 425^e et 433^e Escadrons d'appui tactique. Pour ces aviateurs, il

s'agit sans doute du plus beau jour de leur mission.

Ils saluent leurs collègues des escadrons de Bagotville en mentionnant qu'il faisait un doux 15 degrés Celsius lors de leur ascension.





Test FORCE

Le programme de récompense pour les militaires réguliers des Forces armées canadiennes (FAC) vise à les féliciter lorsqu'ils atteignent un haut niveau de condition physique lors de leur évaluation FORCE annuelle.

ARGENT	OR	PLATINE

Débutant le 1^{er} janvier 2019, tous les militaires qui auront obtenu un profil argent, or ou platine recevront l'une de ces récompenses.

Soyez actif, soyez prêt, relevez le défi en atteignant un niveau supérieur de condition physique et soyez récompensé! Plus d'information à venir prochainement de l'équipe du conditionnement physique PSP.



Colonel honoraire

Le personnel du 25^e Centre des services de santé des Forces canadiennes à Bagotville a accueilli son premier colonel honoraire le 14 décembre dernier. M. Luc Vandal, personnalité régionale bien connu du monde des télécommunications, signe ici les documents confirmant son entrée en fonction en tant que colonel honoraire. Il est accompagné du major Erik Simard, commandant de l'unité.

Prêt pour un changement mais pas pour la retraite?
Ready for a change but not ready to retire?

Envisagez une mutation entre élément vers la Réserve aérienne!

Consider a Component Transfer to the RCAF Reserve!

Un emploi dans la Réserve de l'ARC vous offre :

- Souplesse d'emploi
- Diverses soldes et divers avantages sociaux
- Toucher/améliorer sa pension en servant
- Meilleure qualité de vie

Employment in the RCAF Reserve offers:

- Employment flexibility
- Diverse pay and compensation benefits
- Collect/Enhance your pension while serving
- Enhanced quality of life

Pour en savoir plus, contactez l'Escadrille de la Réserve aérienne
(Sgt Lemelin) au (418-698-5710 # 6601415)



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ



Mention nationale

Le coordonnateur aux sports PSP de Bagotville, Stéphane Lavoie, a reçu des mains du commandant de la BFC, le colonel William Radiff, et de l'adjudant-chef Pascal Turcotte, la Mention nationale du chef de la direction du personnel des Fonds non publics pour avoir sauvé la vie d'une personne en la réanimant lors d'une partie de hockey en 2017.



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ



35 ans

Les dirigeants de Canex et des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes ont souligné officiellement les 35 ans de services du gérant du Canex de Bagotville, M. Patrick Brassard, le 29 novembre dernier. Ses collègues et amis de Bagotville en ont aussi profité pour lui rendre un hommage émouvant. On voit M. Brassard ici en compagnie de sa famille et des dirigeants Canex.

CANEX CENTRE, BLDG. 147 | 3 WING BAGOTVILLE | 418-677-4000 EXT.7537

Ne manquez pas notre

**PROMOTION
DE LA
SEMAINE**

en magasin ou
en ligne à **CANEX.CA**

Don't miss out on our

**FEATURE
OF THE
WEEK**

In-store and
online at **CANEX.CA**

**Procurez-vous
la carte UneFC!**

Des offres exclusives aux membres de la communauté des FAC, comme des rabais sur les programmes, les points Primes CANEX et bien plus!

CF1FC.ca



**Get your
CFOne card!**

Benefits available exclusively to members of the CAF Community - offering program discounts, savings, CANEX Rewards and more!

CF1FC.ca

CANEX
A division of CFMWS
Une division des SBMFC



**LE MAGASIN MILITAIRE DU CANADA
CANADA'S MILITARY STORE**

Au tableau d'honneur

PROMOTIONS



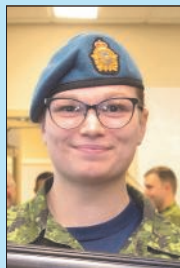
Adjum Turgeon



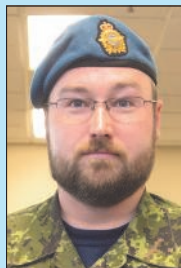
Cpl Lecler



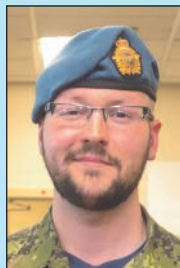
Cpl Quinn



Cpl Barnett



Cpl Drown



Cpl Fiset-Vincent



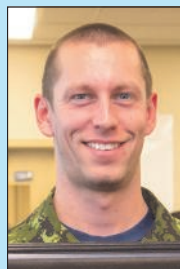
Cpl Gauvreau



Cpl Hebert-Coll



Cpl Monaghan-Malloy



Cpl Vigeant



Cpl Wingater



Cpl Woodland



Cpl Gagnon



Cpl Maltais



Cplc Pouliot



Cplc Bordeleau

HONNEURS ET MÉDAILLES



Cplc Chiquette
Mention élogieuse
Cmndt 1 DAC



Cplc Houde
Mention élogieuse
Cmndt 1 DAC



Adj Richard
CD2



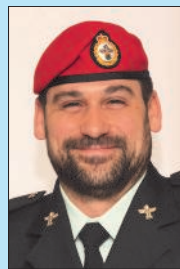
Adj Vézina
CD1



Adjum Mathieu
CD2



Cplc Diamond
GSM Expédition



Cplc Grenier
CD



Capt Anderson
CD



Capt McFarlane
CD



Cpl Vongsavath
CD



Cpl Vallée
CD



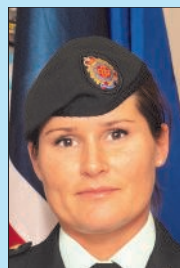
Sgt Parker
CD



Sgt Cabana
CD



Sgt Paquet
CD



Cplc Gagnon
CD



Cplc Trudeau
CD



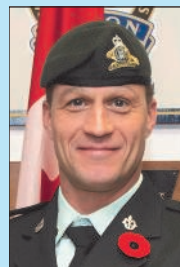
Adj Notargiovanni
CD



Cplc Gagnon
CD



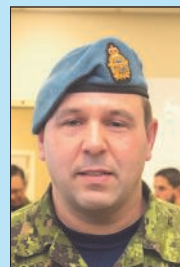
Cpl Chabot-Leroux
CD



Cplc Cloutier
CD



Cplc Delaunière
CD



Sgt Déry-Bédard
Alouette de l'année

* Le grade indiqué est celui auquel le militaire a été promu. La décoration inscrite à la suite du nom est la décoration reçue. Faute d'espace, nous compléterons la publication le mois prochain.

INFO-MESS — janvier 2019

MESS DES OFFICIERS
Janvier

À être déterminé

MESS DES ADJ/SGTS
Janvier

Vendredi 18 janvier — DMCV

MESS DES RANGS JUNIORS
Janvier

À être déterminé

N'oubliez pas que la Barn est ouverte chaque jeudi de 15 h à 18 h pour tous les rangs.



Calendrier des activités du CRFM de Bagotville
MFRC Bagotville Calendar of Events



janvier — février

Pour plus d'information contacter le CRFM au 418-677-7468
For more information contact MFRC at 418-677-7468

Dim	lun	mar	mer	jeu	ven	sam
				10 Teen Town : Sports PSP	11 Teen Town : activités libres	12 Période de répit (12 h à 16 h) Teen Town : Café Klimt
13	14	15 Teen Town : activités libres	16 Teen Town : jeux de société	17 Teen Town : Sports PSP	18 Teen Town : activités libres	19 Teen Town : soirée films
20	21 Début des cours de langue seconde Début des ateliers préscolaires : The Bears	22 Parents-enfants : chocolat chaud et muffins Début des ateliers préscolaires : Les Croquignoles Teen Town : activités libres	23 Parents-enfants : gymnase Teen Town : réunion du Teen Town	24 Parents-enfants : jeu libre Teen Town : Sports PSP	25 Teen Town : activités libres	26 Période de répit (12 h à 16 h) Teen Town : activités libres
27	28	29 Parents-enfants : jeu libre Teen Town : activités libres	30 Teen Town : Dance Dance Revolution Parents-enfants : pâte à modeler	31 Parents-enfants : gymnase Teen Town : Sports PSP	1 ^{er} février Café réseautage Teen Town : activités libres	2 Teen Town : Aquafun
3	4	5 Teen Town : à déterminer	6 Teen Town : à déterminer	7 Souper au restaurant Aki Sushi de Chicoutimi Teen Town : Sports PSP	8 P.D. Day Riverside Teen Town : à déterminer	9 Période de répit (12 h à 16 h) Teen Town : à déterminer

Code de couleurs : Teen Town * Soutien à la séparation et à la réunion des familles * Développement enfance, famille et jeunesse * Programme De tout repos * Secteur prévention, soutien et intervention * Organisation et intégration communautaire

Déjeuner familial
DU CARNAVAL

Carnival
Family
BREAKFAST

Samedi 16 février

de 8 h 30 à 11 h, au gymnase du centre communautaire (CRFM)

Venez en famille ou entre amis vous amuser et déguster un délicieux brunch ! Il y aura des :

- * Jeux gonflables
- * Activités intérieures et extérieures
- * Animations diverses
- * Concours familiaux
- * Prix de participation

Coût du déjeuner et plus de détails à venir : surveillez notre page Facebook CRFM Bagotville MFRC !

Information : 418 677-7468

Saturday, February 16

from 8:30 to 11:00 a.m.
Community centre's gym (MFRC)

Bring family or friends, and have fun while enjoying a tasty brunch! There will be:

- * Inflatable games
- * Indoor and outdoor activities
- * Entertainment
- * Family contests
- * Door prizes

Breakfast cost and more details to come: stay tuned on our Facebook page CRFM Bagotville MFRC!

Information: 418-677-7468

Numéros importants — Importants phone numbers

CRFM Bagotville MFRC
1775, Lucien-Lecompte,
C.P. 280 Alouette, QC G0V 1A0
info@crfmbagotville.com

Téléphone - 418-677-7468
Télécopieur - 418-677-4468
Sans-frais - 1-800-866-4546
Halte-Répit - 418-677-4000 p. 7676

Teen Town - 418-677-4000 poste 7510
Service de santé - 418-677-7782
Centre de soutien au déploiement / Deployment
Support Centre - 1-877-844-5607 option 3

Ligne Info-famille/ Family Information Line
1-800-866-4546
Programme d'aide aux membres / Member Assistance
Program - 1-800-268-7708
Info-Santé et Info-social - 811

LE VORTEX — Janvier 2019 — page 15



Les Hivernades 2019



PROGRAMMATION POUR TOUT LE PERSONNEL DE LA BFC BAGOTVILLE



Jeudi 14 février de 8 h à 12 h
Sculpture sur neige par unité, du 11 au 13 février

Date limite d'inscription pour les activités : 28 janvier 2019

(Stationnement Aréna, Terrain de balle & soccer, Aréna)

Hockey-bottine

Tournoi de pétanques

Balle donnée en raquette

Sciotte & godendard

Hockey sur glace

Tir à la corde

Rallye pédestre

Course de raquette 2km/4km

Marche en raquette 2km

(Gymnase Centre récréatif)

Volley-ball



Stationnement Aréna
Érablière avec Tire sur neige à 1\$

11 h 30 à 13 h : Dîner **Tourtière** (gratuit)

13 h à 15 h 30 : Remise des bannières des Hivernades

AU HANGAR 3 (Escadron 439)

Accès pour tous par la guérite opérationnelle de la Police militaire (B-81)
Carte d'identité militaire ou civile du MDN, Passe de ligne, Carte PSL

Service de bar, disco mobile, service de raccompagnement



Comité organisateur : Les Hivernades

Responsable : Claire Deschênes, Gestionnaire des Loisirs (PSP) poste 7581

Division du Cmdt Adjoint:

cpl Isabelle Girard – 4234, cpl Annie Leblanc – 4887 & Monique Huard - 7404

C Serv Admin, OSP, SDR, Libération, DCD, Environnement, BSB, Concierge, Accommodation, M & E, Langue, Personnel Civil, Aumônerie, Contrôleur, Cabinet Cmdt Adj, CSD, CRFM, CPE, RA, CISP, DGGRHC, ALFC, Cabinet Cmdt

Division 3 ESM & l'UOI:

Approvisionnement : avr Nancy Tremblay - 7977

Transport, Mouvement, GEM : sgt Robert Desgagné - 7768

Alimentation : Sgt Dany Cabana - 7680

Service Prévention des Incendies : sdt Rémi Petipas - 4372

Dét des Ops Immobilières : sdt Nathalie Gaudreault - 6046

3 EMA : sgt Luc Garneau – 7758 & cpl Maxime Desgagné - 7571

10 EITA : cplc James Gagnon - 4526

Division 3ESO:

Opérations (toutes les sections) : capt Constance Ratelle - 7407

Télécom : cplc François Bédard - 3923

12^e Radar : cpl Martin Larocque - 7165

25^e C Svc S FC & Unité dentaire:

It Stéphanie Bédard – 4215 & cpl Janie Pépin-Leclerc - 7543

23 Ele PM :

2^e Escadre : sgt Marie-Ève Canuel – 3255 & cpl Darlin Jules - 3238



Merci à CANEX
partenaire majeur de l'événement

